

УДК 796.412.2:796.071-055.2

Совершенствование артистичности у квалифицированных спортсменок в художественной гимнастике

Алла Муллагильдина

Харьковская государственная академия физической культуры, Харьков, Украина

Цель: определить влияние средств современной хореографии на артистические способности квалифицированных спортсменок в художественной гимнастике.

Материал и методы: у восьми кандидатов в мастера спорта определялись художественно-эстетические потребности по методике В. С. Аванесова, выявлялись хореографические приоритеты с помощью анкетирования и беседы, определялся уровень координационных способностей гимнасток с помощью двигательных тестов.

Результаты: приоритетными в художественно-эстетических потребностях гимнасток являются занятия хореографией, общение с музыкой. Большинство гимнасток из средств современной хореографии отдали свое предпочтение использованию техник танца контемп и джаз-модерн.

Выводы: под влиянием средств современной хореографии у гимнасток значительно повысился уровень музыкально-ритмической подготовленности, координированность движений различными частями тела, выразительность движений, что способствовало совершенствованию артистичности спортсменок.

Ключевые слова: контемп, джаз-модерн, художественные потребности, гимнастка.

Введение

Оценивание выполнения спортсменками соревновательного упражнения в художественной гимнастике осуществляется судьями по техническим и артистическим параметрам [4]. Показателями технического мастерства гимнасток является гармоничное и безошибочное выполнение движений различными частями тела на высокой скорости и предельной амплитуде в сочетании с виртуозной работой предметами [7]. На оценку за артистичность влияет выразительность выполняемых упражнений, музыкальность и многогранность исполнительского мастерства спортсменок. Хореографическая подготовка играет ведущую роль в формировании исполнительского мастерства спортсменок [1; 8; 10]. В настоящее время в тренировках квалифицированных гимнасток активно внедряются различные виды современной хореографии [2; 3]. Многие специалисты по художественной гимнастике утверждают, что средства современной хореографии способствуют формированию навыков выразительности движений, раскрепощению, овладению разнообразных стилей, развитию артистизма у гимнасток. Для эффективного использования средств современной хореографии необходимо изучение их влияния на специальную подготовленность спортсменок.

Цель исследования: определить влияние средств современной хореографии на артистические способности квалифицированных спортсменок в художественной гимнастике.

Задачи исследования:

1. Изучить художественно-эстетические потребности гимнасток и их приоритеты в видах хореографии.
2. Определить влияние средств современной хореографии на координационные способности квалифицированных спортсменок в художественной гимнастике.

Материал и методы исследования

В эксперименте приняло участие 8 спортсменок, кандидаты в мастера спорта по художественной гимнастике, выступающие по программе мастеров спорта. Художественно-эстетические потребности гимнасток выявлялись по методике В. С. Аванесова, по 32 утверждениям [9]. Хореографические приоритеты спортсменок определялись с помощью разработанной анкеты и в процессе беседы. Уровень координационных способностей определялся по результатам выполнения гимнастками ассиметричных движений, заданий на чувство ритма, тестов на дифференциацию мышечных усилий и вестибулярный аппарат.

Результаты исследования и их обсуждение

Художественно-эстетические потребности гимнасток интерпретировались по возможным направлениям приобщения спортсменок к различным видам искусства и к творчеству. Поскольку по выделенным направлениям художественно-эстетических потребностей гимнасток в анкете было разное количество утверждений, а следовательно, и разные максимально возможные баллы, результаты были переведены в процентное соотношение. На рисунке 1 в порядке значимости представлены художественно-эстетические потребности гимнасток.

Приоритетными художественно-эстетическими потребностями в исследуемой группе спортсменок являются занятия хореографией (81%). Девушки положительно относятся к классической хореографии и к спортивному бальному танцу. На втором месте находится потребность в общении с серьезной музыкой (71%), которое основывается на положительном отношении и умении слушать классическую музыку, что подтверждается возможностью

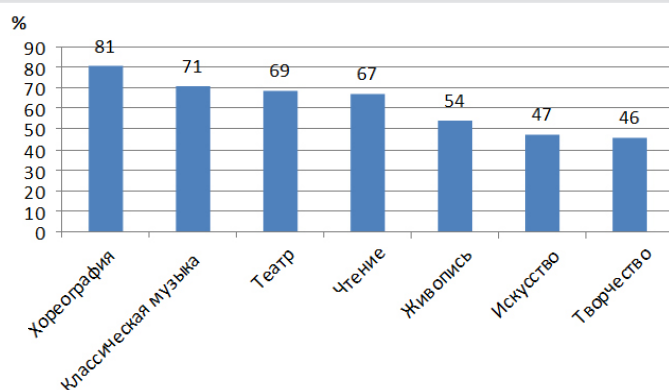


Рис. 1. Приоритеты в художественно-эстетических потребностях гимнасток

у большинства девушек избавиться от плохого настроения с помощью прослушивания классической музыки.

Следующими по значимости потребностями определились театр и чтение (69% и 67%). По-возможности спортсменки стараются посещать театры и уделять время чтению, но театр удается посещать только отчасти, а некоторые предпочитают экранизацию литературных произведений. Потребности в приобщении к искусству живописи у спортсменок невысокие (54%). Девушки в меньшей степени расширяют свои познания в живописи, не посещают картинные галереи и выставки. Спортсменки считают, что современному человеку нельзя обойтись без общения с произведениями искусства (47%). У гимнасток весьма скромные навыки в художественном творчестве (46%), но они имеют желание развивать свои творческие способности.

С помощью анкетирования и беседы определялись предпочтения в видах хореографического искусства. Необходимо отметить, что из тренировочного процесса по художественной гимнастике все спортсменки имеют опыт занятий тренажером классического танца и знакомство с некоторыми направлениями в хореографии. Три гимнастки помимо тренировок изучали классический, спортивный балетный и народный танцы. Большинство гимнасток из средств современной хореографии отдали свое предпочтение использованию техник танца контемп и джаз-модерн.

Для внедрения средств современной хореографии у спортсменок с помощью анкетирования и беседы определялись их компетентность и предпочтения в стилях и характере музыки [2; 6]. Исходя из того, что музыкальный стиль включает совокупность средств выражения художественного и идейного содержания музыкального произведения, у гимнасток рассматривались их предпочтения по следующим музыкальным стилям: классическому, фольклорному, клубному, популярному, року, альтернативному року и др. Определилось, что четверем спортсменкам нравится классическая музыка, трем – рок-музыка. С помощью анкетирования и беседы у гимнасток определялись приоритеты с точки зрения характера музыкальных произведений, а именно предлагалась музыка следующего характера: трагическая, романтическая, лирическая, героическая, патриотическая, грустная и веселая. Касательно предпочитаемого характера в музыке у девушек они оказались самыми разнообразными – от романтического, лирического до героического. Большинство девушек – романтики. Некоторые лирические

романтики или романтики героические.

Таким образом, в результате изучения художественно-эстетических потребностей гимнасток было выявлено, что гимнастки увлекаются танцами, интересуются разнообразными стилями музыки, театром и литературой. У спортсменок проявились творческие желания и потребности. Определилось, что наиболее компетентны спортсменки в классической хореографии, в современной хореографии приоритетными направлениями для гимнасток являются техники контемп и джаз-модерн.

Двигательные координации в художественной гимнастике характеризуются резко выраженной специфической моторной и сенсорной асимметрией. Высокий показатель асимметрии не дает спортсменкам выполнять соревновательные элементы высокой «стоимости» на соответствующем уровне и включать их в свою программу, тем самым ограничивая разнообразие и техническую сложность соревновательной композиции [5]. В результате тестирования координационных способностей гимнасток были выявлены проблемы, а именно низкий уровень координированности движений различными частями тела (от 4 до 7,4 ошибок). Меньше всего гимнастки допустили ошибок при выполнении асимметричных движений руками и ногами в течение 20 с, среднее значение – четыре ошибки. Труднее спортсменкам давались асимметричные движения верхними конечностями, от шести до 7,4 ошибки до демонстрации идеального выполнения. Гимнастки успешно справились со способом ходьбы с помощью одноименных движений рук и ног, от 5,8 секунды до 6,8 секунды. У спортсменок не вызвал затруднений бег спиной вперед, с которым они справились до 4 секунд. Некоторые гимнастки испытывали существенные затруднения в тестах на ориентацию в пространстве без зрительного контроля, отклонения до 45°. Не вызвали у спортсменок затруднений простые тесты на чувство ритма (от 0 ошибок до 2 ошибок). В тесте на воспроизведение музыкального ритмического рисунка у спортсменок возникали трудности, только одна спортсменка справилась без ошибок. Определилось, что у большинства девушек хорошо развита кинетическая чувствительность, отклонения от 11% до 18%, за исключением гимнастки под № 5 (38% и 36%) (табл. 1).

Таким образом, у спортсменок были выявлены проблемы при выполнении асимметричных движений руками и ногами, а также двумя руками. Спортсменки испытывали затруднения в тестах на ориентацию в пространстве без зрительного контроля и допускали отклонения в тестах на дифференциацию мышечных ощущений. Гимнастки лучше справились с простыми ритмическими тестами и показали низкий результат в воспроизведении музыкального ритмического рисунка.

Современный танец применялся как инструмент для развития координационных способностей гимнасток и совершенствования артистического мастерства спортсменок [2; 8]. С помощью средств современной хореографии происходило расширение хореографической лексики спортсменок и совершенствовалось их артистическое мастерство. В нашей методике присутствовала исследовательская направленность. На занятиях джаз-модерн и contemporary dance гимнастки выстраивали связь между формой танца и своим внутренним состоянием.

В танце контемп девушки выполняли изолированные движения различными частями тела. Спортсменки тренировали изолированные движения – подвижность только

одной части тела, в то время как все тело оставалось неподвижным или двигалось в противоположном направлении. Изолированные движения подчеркивали ритм музыки, создавали впечатление прохождения музыки сквозь тело гимнастки. На занятиях contemporary dance гимнастки учились импровизировать, проявляли предельную выразительность, эмоциональность и раскрепощенность, что способствовало повышению уровня координационных способностей и артистичности гимнасток.

Техника джаз-модерна в настоящее время популярна в подготовке гимнасток высокой квалификации [6]. В данном стиле хореографии у девушек развивалась пластика, гибкость, умение с помощью движений отразить пульсацию музыки. Слитность движений достигалась в регулярных тренировках на укрепление всех мышечных групп. Занятия развивали музыкальность, чувство ритма, правильное дыхание, координацию движений и умение владеть своим телом. Ломанные движения тела, эффектные хореографические ходы танца полностью зависели от фантазии девушек, единения своего внутреннего мира с миром пространства и музыки. На занятиях спортсменки учились различать сложный ритмический рисунок, согласовывать движения с ритмом музыки, синкопировать между сильными долями музыки.

На тренировках с применением современных видов хореографии изучались многообразные сочетания движения ног, рук, туловища, головы. При этом освоение не носило механический характер. Путем соответствующей корректировки каждого движения воспитывалась его выразительность, артистичность исполнения. Для совершенствования полученных навыков и поддержания творческого интереса по мере усвоения новых упражнений

комплексы усложнялись. В процессе работы над характером движений музыка была основным методическим приемом, обеспечивающим наиболее яркое и глубокое осознание задания и правильное его выполнение [2]. Занятия на развитие у спортсменок способности к восприятию содержания музыки и отдельных ее элементов способствовали более яркому ощущению движения и обеспечивали необходимую эмоциональную выразительность. Для развития творческих способностей спортсменок соблюдался основной принцип, который в работе над характером движения во взаимосвязи с музыкой заключался в осознании задания и самостоятельном его решении. В этом случае преподаватель не объяснял и не показывал движения, спортсменки, прослушав музыку, самостоятельно находили пути к разрешению задания.

На следующем этапе исследования было проведено повторное тестирование уровня координационных способностей гимнасток, которое показало улучшение средних результатов в группе по всем исследуемым параметрам (табл. 2).

Количество ошибок при выполнении асимметричных упражнений уменьшилось от 24 ошибок в начале эксперимента до 20 ошибок в конце эксперимента. Также произошли положительные изменения в тестах на ориентацию в пространстве (от 9,9 с до 2 с и от 58° до 24°). Среднее значение количества ошибок при выполнении тестов на чувство ритма улучшилось (\bar{X} – 4 ошибки; \bar{X} – 2 ошибки), отклонения в тесте на дифференциацию мышечных усилий уменьшилось с 24% до 20%. Таким образом, определено, что занятия современными видами хореографии положительно повлияли на среднegrupповые показатели координационных способностей гимнасток. Наибольшие

Таблица 1
Результаты тестирования координационных способностей спортсменок

Тесты	Результаты спортсменок									σ
	1	2	3	4	5	6	7	8	\bar{X}	
1. Асимметричные движения ногами и руками, кол-во ошибок	5	4	4	3	5	5	3	3	4,0	0,9
2. Правая-круги, левая-вертикальная линия, кол-во ошибок	9	7	5	4	4	4	9	6	6,0	2,1
3. Левая – круги, правая – треугольник, кол-во ошибок	7	5	7	8	5	5	11	11	7,4	2,5
4. Правая – круги, левая – горизонтальная линия, кол-во ошибок	7	7	6	5	5	8	9	8	6,9	1,6
5. Прохождение 12 м. с одноименным движ., с	6,1	6,7	6,3	6,8	6,1	5,6	6,8	5,8	6,3	0,5
6. Бег спиной 12 м, с	3	3,8	3,7	3,9	3,3	3,7	3,7	4	3,6	0,3
7. Угол смещения после 5 вращений вокруг себя без зрительного контроля, град	15	30	15	20	40	30	25	15	23,8	9,2
8. Отклонение при ходьбе без зрительного контроля, град	25	35	40	25	35	30	40	45	34,4	7,3
9. Два хлопка руками, 1 шаг, кол-во ошибок	0	2	0	0	2	1	0	0	0,6	0,9
10. Два шага, 1 хлопок руками, кол-во ошибок	0	1	1	0	1	2	0	0	0,6	0,7
11. Ритмический рисунок, кол-во ошибок	3	4	2	0	2	4	2	1	2,3	1,4
12. Динамометрия правой, кг	16	21	18	24	18	17	15	16	18	3,0
13. Динамометрия 50%, отклонение в %	6,3	11	5,6	8,3	38	8,8	3,3	25	13	12,0
14. Динамометрия 25%, отклонение в %	6,3	6	8,3	16	36	10	1,7	6,3	11	10,8

Примечание. Здесь и далее 1–8 – спортсменки.

Таблица 2
Изменение уровня координационных способностей спортсменов

Тесты	Результаты спортсменов								В начале эксперимента		В конце эксперимента	
	1	2	3	4	5	6	7	8	\bar{X}	V	\bar{X}	V
1. Асимметричные упражнения, кол-во ошибок	24	20	18	18	15	18	26	19	24	19	20	18
2. Ориентация в пространстве, с	1,1	1,5	1,5	1,5	1,4	1,3	1,5	2,6	9,9	7	2,0	29
3. Ориентация в пространстве без зрительного контроля, град.	10	25	20	15	30	30	30	30	58	33	24	19
3. Чувство ритма, кол-во ошибок	2	5	2	0,5	3	5	1	0,5	4	77	2	75
4. Дифференциация мышечных усилий, отклонение %	10	15	10	24	45	18	3	31	25	87	20	69

улучшения координационных способностей произошли у гимнасток, у которых результаты в первичном тестировании находились на более низком уровне.

Выводы

1. Приоритеты в художественно-эстетических потребностях гимнасток распределились в следующей последовательности: приобщение к занятиям хореографией (81%); потребность в общении с серьезной музыкой (71%); посещение театров (69 %); чтение (67%); интерес к живописи (54%); общение с произведениями искусства (47%); приобщение к творчеству (46%). Наиболее компетентны гимнастки в классической хореографии. Из современных направлений приоритетными для спортсменок являются техники контемпта и джаз-модерна.
2. У гимнасток выявились проблемы в выполнении изолированных движений и в координированности одновременных движений разными частями тела. В тестах на ориентацию в пространстве без зрительного контроля отклонения составили: \bar{X} – 24°; \bar{X} – 34°; в тестах на дифференциацию мышечных ощущений: \bar{X} – 13%; \bar{X} – 11%. Гимнастки показали низкий результат в воспроизведении музыкального ритмического рисунка.
3. Методика применения средств современной хо-

реографии в подготовке гимнасток высокой квалификации основывалась на использовании техники танца контемпта (contemporary dance) и джаз-модерна. Спортсменки выполняли изолированные и асимметричные движения различными частями тела, учились различать сложный ритмический рисунок, импровизировать, выражать свои эмоции и чувства. Под влиянием средств современной хореографии у гимнасток улучшились навыки выразительности, музыкальности, координированности движений различными частями тела, что способствовало совершенствованию артистичности спортсменок.

4. Количество ошибок при выполнении асимметричных упражнений уменьшилось с 24 до 20 ошибок. Сократилось время выполнения задания в тестах на ориентацию в пространстве со зрительным контролем (от 9,9 с до 2 с), уменьшились отклонения в тестах без зрительного контроля (с 58° до 24°). При дифференциации мышечных усилий отклонения уменьшились с 25% до 20%. Значительно улучшились показатели музыкально-ритмической подготовленности спортсменок.

Перспективы дальнейших исследований. В дальнейшем планируется составление соревновательных программ гимнасток с включением элементов контемпта и джаз-модерна.

Конфликт интересов. Автор заявляет, что нет конфликта интересов, который может восприниматься как такой, что может нанести вред беспристрастности статьи.

Источники финансирования. Эта статья не получила финансовой поддержки от государственной, общественной или коммерческой организации.

Список использованной литературы

1. Батеева Н. П. Использование средств классического танца для совершенствования техники выполнения поворотов юными гимнастками / Н. П. Батеева, П. Н. Кызим, И. А. Титкова, Л. С. Луценко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2014. – № 3. – С. 19–22. dx.doi.org/10.15391/sns.v.2014-3.003

2. Беленькая И. Г. Развитие музыкально-композиционных способностей гимнасток 15–16 лет / И. Г. Беленькая, А. Х. Дейнеко, А. Я. Муллагильдина // Наука і освіта. – Одеса, 2012. – № 2. – С. 65–71.

3. Бекетова Е. С. Применение современной хореографии в подготовке спортсменок высокой квалификации в художественной гимнастике / Е. С. Бекетова, А. И. Булгаков // Збірник наукових праць Харківської державної академії фізичної культури. – Харків : ХДАФК, 2016. – № 3. – С. 13–14.

4. Кабаева А. М. Эстетический компонент соревновательных программ гимнастов [Текст] / А. М. Кабаева, М. Э. Плеханова // Ученые записки. – 2009. – № 4(50). – С. 54–57.

5. Муллагильдина А. Я. Анализ соревновательных программ вольных упражнений гимнастов высокой квалификации / А. Я. Муллагильдина, И. В. Красова, А. Х. Дейнеко // Материалы II Международной научно-практической конференции «Через физическую культуру и спорт к здоровому образу жизни». – Уфа : Уфимский гос. ун-т экономики и сервиса, 2014. – С. 573–580.

6. Муллагильдина А. Я. Совершенствование эстетической подготовки в художественной гимнастике / А. Я. Муллагильдина, И. Г. Беленькая, А. Х. Дейнеко // Матеріали III Міжнародної електронної науково-практичної конференції «Психологічні, педагогічні і медико-біологічні аспекти фізичного виховання» 20–27 квітня 2012. – Одеса. – С. 20–23.

7. Муллагильдина А. Я. Повышение надежности соревновательной деятельности спортсменок 10–13 лет в художественной гимнастике / А. Я. Муллагильдина // Научный часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова., Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – 2015. – Випуск 12 (67), Серія № 15. – С. 86–89
8. Омелянчик-Зюркалова О. А. Влияние хореографической подготовленности гимнасток на окончательную оценку исполнительского мастерства // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання. – 2014. – № 10. – С. 28–34. doi:10.5281/zenodo.10487
9. Семиченко В. А. Проблемы мотивации поведения в деятельности человека. Модульный курс психологии. Модуль «Направленность». – К. : Милениум, 2004. – 521 с.
10. Сосина В. Ю. Хореография в гимнастике : [учеб. пособие для студентов вузов] / В. Ю. Сосина. – К. : Олимпийская литература, 2009. – 135 с.

Стаття надійшла до редакції: 14.06.2016 р.

Опубліковано: 31.08.2016 р.

Анотація. Муллагильдіна А. Удосконалення артистичності у кваліфікованих спортсменок у художній гімнастиці. **Мета:** визначити вплив засобів сучасної хореографії на артистичні здібності кваліфікованих спортсменок у художній гімнастиці. **Матеріал і методи:** у восьми кандидатів в майстри спорту визначалися художньо-естетичні потреби за методикою В. С. Аванесова, виявлялися хореографічні пріоритети за допомогою анкетування і бесіди, визначався рівень координаційних здібностей гімнасток за допомогою рухових тестів. **Результати:** пріоритетними в художньо-естетичних потребах гімнасток є заняття хореографією, спілкування з музикою. Більшість гімнасток із засобів сучасної хореографії віддали свою перевагу використанню технік танцю контемп і джаз-модерн. **Висновки:** під впливом засобів сучасної хореографії у гімнасток значно покращився рівень музично-ритмічної підготовленості, координованості рухів різними частинами тіла, виразності рухів, що сприяло вдосконаленню артистичності спортсменок.

Ключові слова: контемп, джаз-модерн, художні потреби, гімнастка.

Abstract. Mullagildina, A. Improvement of artistry at the qualified sportswomen in rhythmic gymnastics. **Purpose:** to define influence of means of modern choreography on artistic abilities of the qualified sportswomen in rhythmic gymnastics. **Material & Methods:** art-aesthetic requirements by the technique of V. S. Avanesov were defined at eight candidates of master of sports, choreographic priorities were found out by means of questioning and conversation, the level of coordination abilities of gymnasts by motive tests was defined. **Results:** Classes by choreography, communication with music are priority in art-aesthetic needs of gymnasts. Most of gymnasts gave their advantage to the use of techniques of contemporary dance and jazz modern from means of modern choreography. **Conclusions:** the level of musically-rhythmical preparedness, coordinate movements by different parts of body, expressiveness of movements improved considerably under the influence of means of modern choreography at gymnasts that promoted the improvement of artistry of sportswomen.

Keywords: contemporary dance, jazz modern, art requirements, gymnast.

References

1. Batiieva, N. P., Kyzim, P. N., Titkova, I. A. & Lutsenko, L. S. Bateeva N. P. (2014), "The use of classical dance technique for improving the performance of young gymnasts turns", *Slobozhans'kij naukovo-sportivnij visnik*, Kharkiv, KhDAFK, No 3, pp. 19–22. dx.doi.org/10.15391/sns.v.2014-3.003 (in Russ.)
2. Belenkaya, I. G., Deyneko, A. Kh. & Mullagildina, A. Ya. (2012), "The development of musical and compositional abilities gymnasts 15–16", *Nauka i osvita*, Odesa, No 2, pp. 65–71. (in Russ.)
3. Beketova, Ye. S. & Bulgakov, A. I. (2016), "The use of modern choreography in the preparation of highly skilled athletes in rhythmic gymnastics", *Zbirnik naukovikh prats Kharkivskoi derzhavnoi akademii fizichnoi kulturi*, Kharkiv, KhDAFK, No 3, pp. 13–14. (in Russ.)
4. Kabaieva, A. M. & Plekhanova, M. E. (2009), "The aesthetic component of the competitive programs of gymnasts", *Uchenye zapiski*, No 4(50), pp. 54–57. (in Russ.)
5. Mullagildina, A. Ya., Krasova, I. V. & Deyneko, A. Kh. (2014), "Analysis of the competitive programs floor exercises highly skilled gymnasts", *Materialy II Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii «Cherez fizicheskuyu kulturu i sport k zdorovomu obrazu zhizni» [Materials II International scientific-practical conference "Through the physical culture and sport for a healthy lifestyle."]*, Ufa, Ufimskiy gos. un-t ekonomiki i servisa, pp. 573–580. (in Russ.)
6. Mullagildina, A. Ya., Belenkaya, I. G. & Deyneko, A. Kh. (2012), "Aesthetic Perfection training in rhythmic gymnastics", *Materialy III Mizhnarodnoi elektronnoi naukovo-praktichnoi konferentsii «Psikhologichni, pedagogichni i mediko-biologichni aspekti fizichnogo vikhovannya» 20–27 kvitnya 2012 [Materials III International electronic scientific conference "psychological, pedagogical and medico-biological aspects of physical education"] 20–27 April 2012*, Odesa, pp. 20–23. (in Russ.)
7. Mullagildina, A. Ya. (2015), "Improving the reliability of competitive activity of sportsmen of 10–13 years in gymnastics", *Naukoviy chasopis Natsionalnogo pedagogichnogo universitetu imeni M. P. Dragomanova., Naukovo-pedagogichni problemi fizichnoi kulturi (fizichna kultura i sport)*, Vol. 12 (67), № 15, pp. 86–89. (in Russ.)
8. Omelyanchik-Zyurkalova, O. A. (2014), "Influence of choreographic training of the gymnasts on the final assessment of mastery", *Pedagogika, psikhologiya ta mediko-biologichni problemi fizichnogo vikhovannya*, No 10, pp. 28–34. doi:10.5281/zenodo.10487 (in Russ.)
9. Semichenko, V. A. (2004), *Problemy motivatsii povedeniya v deyatel'nosti cheloveka. Modulnyy kurs psikhologii. Modul «Napravlennost» [Problems of motivation of behavior in human activities. Modular Course of Psychology. "Orientation" module]*, Kyiv Milenium, 521 p. (in Russ.)
10. Sosina, V. Yu. *Khoreografiya v gimnastike* [Choreography in gymnastics], Kyiv, Olimpiyskaya literatura, 2009, 135 s. (in Russ.)

Received: 14.06.2016.

Published: 31.08.2016.

Муллагильдіна Алла Ядикарівна: к. пед. н.; Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська 99, Харків, 61058, Україна.

Муллагильдіна Алла Ядикаровна: к. пед. н.; Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская 99, г. Харьков, 61058, Украина.

Alla Mullagildina: PhD (Pedagogy); Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.

ORCID.ORG/0000-0002-9232-6387

E-mail: gimnastika.sokol@mail.ru

Бібліографічний опис статті:

Муллагильдіна А. Совершенствование артистичности у квалифицированных спортсменок в художественной гимнастике / Алла Муллагильдіна // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2016. – № 4(54). – С. 79–83. – doi:10.15391/sns.v.2016-4.014